

## Objectifs

- Identifier leurs habitudes de gestion du temps et leurs leviers d'amélioration.
- Différencier les priorités individuelles et collectives dans un contexte de service public.
- Utiliser des outils concrets pour planifier, anticiper et hiérarchiser leurs tâches.
- Gérer les imprévus, les interruptions et les sollicitations fréquentes.
- Maintenir leur efficacité sans s'épuiser, grâce à une meilleure régulation du stress et de la charge mentale.

## Public concerné et prérequis

Agents et collaborateurs d'Habitat 76 : recouvrement, contentieux, RH et assistantat technique.  
Certains en contact direct avec les locataires ou partenaires externes.

## Prérequis

Aucun.

## Qualification des intervenants

Spécialiste du domaine.

## Moyens pédagogiques et techniques

Le module alternera éléments d'enseignement didactiques et théoriques avec une prise en main progressive des modules à travers des cas pratiques et des exemples exposant les principales problématiques que le stagiaire rencontrera dans la gestion du sujet de manière à acquérir une réelle autonomie opérationnelle.

### Outils pédagogiques :

L'ensemble du cours est repris sous forme de projection par vidéoprojecteur.

Diaporamas, vidéos, échanges et partages d'expérience.

Exercices et études de cas spécifiques à l'établissement.

PC professionnel de l'apprenant et logiciel.

Vidéoprojecteur – ateliers de mise en pratique d'expérience.

NEOACADEMY

## Durée, effectifs

14 heures.

8 stagiaires.

## Programme (contenu de la formation)

### Jour 1 – Faire le point sur sa relation au temps et reprendre le contrôle

- Présentation de la formation et des attentes de chacun.
- Auto-diagnostic : comment j'organise mon temps aujourd'hui ?
- Le temps dans les métiers du service public : contraintes, flux, imprévus.
- La loi de Pareto (80/20) appliquée à ses missions : identifier ses priorités réelles.
- Les "voleurs de temps" au travail : mails, réunions, sollicitations, perfectionnisme.
- La posture face au temps : savoir poser des limites, dire non, différer sans culpabiliser.

#### Cas pratiques :

Exercice 1 – Ma journée type : analyser sa répartition du temps entre tâches à valeur ajoutée et sollicitations externes.

Exercice 2 – Les voleurs de temps d'Habitat 76 : identification collective par service et recherche de solutions internes.

Jeu de rôle – Dire non sans rompre la relation : interactions avec un collègue ou un locataire en situation d'urgence.

### Jour 2 – Prioriser, planifier et ancrer des pratiques durables

- Retour d'expériences entre les deux journées : ce que j'ai expérimenté, ce que j'ai ajusté.
- La matrice d'Eisenhower : distinguer urgent / important.
- Construire une to-do list réaliste et structurée.
- Gérer les interruptions et les imprévus : accueil du public, appels, mails.
- Trouver son rythme de travail (chronotype, pics d'énergie).
- Maintenir son équilibre : techniques de recentrage, pauses utiles, auto-régulation du stress.
- Construire un plan d'action individuel à court et moyen terme.

#### Cas pratiques :

Atelier 1 – "Urgence ou importance ?" : tri d'une liste d'activités typiques d'Habitat 76.

Atelier 2 – Simulation d'une journée imprévue : prioriser les urgences et replanifier en équipe.

Atelier 3 – Mon plan d'action personnel : définir trois engagements concrets pour améliorer sa gestion du temps dès le lendemain.

NEOACADEMY

## **Modalités d'évaluation des acquis**

Chaque stagiaire devra effectuer un test de connaissance sous la forme d'un questionnaire oral et écrit avec le formateur reprenant les principaux points de la formation.

## **Sanction visée**

Certificat de réalisation.

## **Matériel nécessaire pour suivre la formation**

Aucun.

## **Conditions de déroulement**

Formation réalisée en présentiel - Formation en INTRA.

Alternance d'apports de connaissances théoriques, puis mise en pratique.

## **Délais moyens pour accéder à la formation**

La planification de votre formation sera finalisée et inscrite à notre calendrier selon vos disponibilités et contraintes.

## **Accessibilité aux personnes en situation de handicap**

Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage. Pour cela, nous pouvons également nous appuyer sur un réseau de partenaires nationaux préalablement identifiés.

## **Taux de réussite à la formation**

## **Taux de satisfaction de la formation :**

## **Tarif**

Nous consulter.

NEOACADEMY